

ALERTA N°

7



3 ABRIL DE 2024



Reportada en:

ABRIL DE 2024



BOGOTÁ, BASES, ESTACIONES Y LINEA.



Actividad

Aprende a reconocer las señales que nuestro cuerpo nos genera.



¿Qué sucedió?

El tener conocimiento de mis condiciones salud de forma periódica y rutinaria, me permite establecer estrategias orientadas a la prevención de aparición de enfermedades.



¿Qué ocasionó?



En la compañía contamos con una incidencia y prevalencia de enfermedades de origen común tales como: hipertensión arterial, sobrepeso / obesidad y niveles elevados de colesterol. Factores contribuyentes para la aparición de complicaciones como infartos, diabetes y enfermedad cerebrovascular.

**Precauciones:**

- Contar una cultura de hábitos y estilos de vida saludables que involucren buenas prácticas de alimentación y actividad física.
- De forma preventiva, asistir a los seguimientos médicos periódicos a través de su EPS o Medicina Prepagada, más aún si contamos con diagnósticos de enfermedades crónicas.
- Tener presente nuestros antecedentes personales y familiares de salud.

**Mantener adecuadas condiciones de salud es una responsabilidad individual y parte de nuestra autogestión.**

**REGLAS**  
PARA LA VIDA

Permiso para trabajar



Zona de peligro



Bloqueo de energía



Manejo de carga



Equipos críticos



Conducción de vehículo



Trabajo en altura



Espacio confinado



Excavación



Trabajo en caliente

